

«УТВЕРЖДАЮ»



«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ Александровская ООШ

Г. И. Гонтарева
« » 2023г.

Четверг 1 неделя

Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
		Белки	Жиры	Углево ды		
Завтрак 5-9 кл						
Куры отварные с соусом 90/30	120	28,10	24,10	1,40	369	44,99
Каша рисовая рассыпчатая 180/5	185	4,4	4,7	45	248,00	13,03
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	9,3	38	6,41
Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,4	3,67
Итого	545	35,86	29,2	75,02	753,4	68,10

Блюдо	Вых од, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
		Белки	Жиры	Углево ды		
Обед (ОВЗ)						
Солянка домашняя 300/15	315	14,4	18,62	6,3	271,6	17,04
Картофель отварной (220/10)	230	4,4	9,1	3,1	242	9,22
Рыба тушенная в томате с овощами	120	10,7	5,2	5,6	113	19,96
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	9,3	38	6,41
Печенье	60	4,26	3,84	42	217,2	10,18
Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,4	3,67
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,6	1,62
Итого	985	38,44	37,4	92,3	1018,8	68,10

Итого за день

Завтрак _____

Обед _____